

ムスピの会ニュース

発行
ムスピの会
出版部
3 月の月齢
満月 3/7
下弦 3/15
新月 3/22
上弦 3/29



スローライフのすすめ (12)

脱スマート化のすすめ

通信機器の発展がもたらしたもの

私は長年営業の仕事をしてきましたが、当時はポケベルとテレホンカードが必需品でした。ポケベルが鳴ると、公衆電話を探して車を止め、会社へ電話するというのが日課でした。しばらくして会社から初めて携帯電話が支給された時はまさに天国でした。こんなに便利なものがあるのかと感動しましたが、その携帯電話もいまでは「ガラ携（ガラパゴス携帯）」と呼ばれ、過去の遺物化しています。

今日ではスマートフォンが主役になり、通話やメールだけでなく、ウェブ検索や動画の閲覧、SNSの発信やナビゲーションまでできるようになり、大変便利になりました。パソコンがなくてもスマートフォンだけあれば不自由しないという情報ツールの大転換が起きたのです。この流れはAI（人工頭脳）によってさらに加速し、喋るだけでAIによって認識され、ガイドしてくれるまじになりました。

AI化普及の本当の理由

さらに、スマートフォンとGPSアンテナ、センサーやモニターによって大量の情報処理が可能になり、自宅にいても家電の管理ができるシステムも普及しつつあります。今まで毎月おこなわれていた電気料金の検針業務もスマートメーターの普及でなくなりつつあり、自動車はやがて完全な自動運転車によって代わることでしょう。ガソリンスタンドもセルフスタンドが

増え、スーパーのレジもスマートレジになり、カゴに入れただけで決済してくれる店も登場しました。このような誰ともしやべらない、触れ合わない寂しい光景が多くなりました。

農業の分野でも気温や天候、植える時期、必要な資材をAIが全て情報管理し、人手がいらない効率のよいスマート農業が目立っています。ビジネスの世界でもAIが大量の情報を管理し、リモートで仕事ができる新たなビジネスモデルが作られつつあります。

これらのスマートシステムが全て稼働した街がスマートシティで、これから全国展開していくようです。そこでは人が不在でも電子データのやり取りによって生活機能全般が維持・管理され、AIに頼めば、ドローンが必要なものをすぐに宅配してくれることでしょう。

これらのスマート化は大都市の環境問題や、これから日本が直面する人口減少問題への対処が目的のようです。

便利さと幸せ度は反比例

確かにスマート化によって便利にはなりましたが、それと幸せ度がどうも比例していないような気がします。本来、忙しい生活を改善するためにスマートフォンが導入されたはずなのに次から次にいろんな情報や連絡が入ってくるため、却ってゆとりがなくなっています。近年のうつ病や自殺者の増加がそれを物語っています。人間は本来、ふれあったり、語り合ったり、遊んだり、一緒に飲食したりして一体感を感じたり、共感しあったりするときに幸せ感や喜びを感じるものです。時代はスマート化というハイテク化する中で、ローテク化（ロー・テクノロジー）のメリットを見直す動きが出

てきました。メールをハガキに、無機質な印刷物を手書きにといった手書きがもたらす心地よさ、温かみを取り戻す生活です。

それは効率的に手間を省いて処理しようというスマート化とは真逆の方向です。

AIの問題点

その流れは料理も同じで、即席・便利なインスタント食品やレトルト食品、冷凍食品などのファストフードから手塩にかけ、心を込めて手作りするスローフードへの回帰です。日本の伝統食は本来、おもてなしの心が詰まった調和食と食だったはずですが、子供たちの心を癒してくれるのもお母さんの真のこころいばいのお袋の味です。

AIには、おもてなしや心遣いといった感覚や感性はなく、情緒的、心理的なことがわからない、創造エネルギーを持たないというのが決定的な問題です。スマート化の危険性は、そうした人間本来の幸せの本質が置き去りにされている点と、人間には本来より何千倍、何万倍も優れた能力があることを見落としているところです。

脱スマート化で心のゆとりを取り戻す

味があるという意味ではダウンロードしたデジタル音源よりも、アナログのレコードの方が心に響きます。我々は手編みのセーターや手作りの陶芸品、絵画など、決してスマート化では味わえない手仕事文化を継承してきました。それは非効率ではありますが、心の満足感を培う上では非常に大切なことなのです。それぞれの分野でハイテクとは無縁のローテクの実践、人と人が顔を突き合わせ、触れ合って直接関わる脱スマート化で心のゆとりを取り戻しませんか。

2年熟成 自然の力を凝縮した有機酵素

全ての原材料が安心・安全な無農薬・有機栽培(有機 JAS 認定工場で製造)

恵みの力



定 価：12,960円(税込)

内容量：45.0g (180粒)

原材料：明日葉末、黒糖、にんじん、キャベツ、大根、春菊、レタス、ズッキーニ、きゅうり、ごぼう、しょうが、ねぎ、玉ねぎ、みかん、伊予かん、ゆず、すだち、小松菜、チンゲン菜、水菜、かぼちゃ、トマト、なす、レモン、はっさく、甘夏、ブルーベリー、セロリ、ピーマン、にら、ほうれん草、しいたけ、にんにく、パセリ、アガベイスリン、大麦若葉粉末

* 全て有機栽培

こだわりの原材料で作られた酵素をタブレットにしました。

材料の野菜や果物は全て国産・有機栽培(有機 JAS 認証を取得)のものを使用。

旬の時期に収穫された野菜や果物を 1 種類ごとに 1 つの樽で個別に発酵させ手間ひまかけて作られています。

また、酵母菌は胃酸に負けずに元気に活動できる、生命力の強い菌を使用。低温でじっくり 2 年間熟成させ、非加熱で製造しています。

さらに、通常、タブレットにする際に使われる食品添加物や凝固剤などを一切使わず、有機の明日葉だけで固めています。

長生き・元気の秘訣は腸内環境。

自然の恵みで腸内環境を整えませんか！

生きたまま腸に届くプロバイオ酵母菌で発酵

32種類の野菜、果物を1種類ずつ個別に発酵・2年間長期熟成

完全無添加！ 添加物は一切不使用

豊富な食物繊維(不溶性+水溶性)が腸内環境を改善



召し上がり方

- 健康維持の方は1日6粒(お子さまは1日3粒)を目安にお召し上がりください。
(大人：1ヶ月で1本、お子さま：2ヶ月で1本)
- 体質改善の方は1日に12粒(1ヶ月で2本)が目安です。
- 早く改善した場合は1日に18粒(1ヶ月で3本)を目安にお召し上がりください。

※ 朝食前と就寝前30分の2回に分けてお召し上がりください。その際、ゆっくりと噛んで
味わい、水やお茶などで流して
いただいた方が効果的です。



こんな方におすすめ

- 外食やコンビニ食、インスタント食品、ファストフードが多い方
- 甘いお菓子やスナック菓子が止められない方
- 食事に肉や魚、乳製品などの動物性食品が多い方
- お薬が手放せない方
- 農薬や化学肥料、食品添加物の害が気になる方
- ストレスや過労、寝不足でお悩みの方
- 加齢や慢性疾患により体力の衰えが気になる方
- 便秘気味で臭いが気になる方
- 美肌を保ちたい方
- からだの冷えが気になる方



ムスピの会 HP はこちら